

TINGKAT SPIRITUAL, SELF-CARE MANAGEMENT, DAN KUALITAS HIDUP PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2

Eliza Zihni Zatihulwani¹, Elly Rustanti², Kusuma Wijaya Ridi Putra¹, Prawito²

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, Jawa Timur, Indonesia

²Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, Jawa Timur, Indonesia

Abstrak

Diabetes Melitus Tipe II (DMT2) adalah penyakit menahun yang dapat diderita seumur hidup. Penurunan kualitas hidup mempunyai hubungan terhadap angka kesakitan dan kematian. Salah satu yang memengaruhi kualitas hidup DMT2 adalah tingkat spiritual dan *self-care management*. Tujuan Penelitian: Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat spiritual dan *self-care management* dengan kualitas hidup penderita DMT2. Metode Penelitian: Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi terdiri dari penderit DM tipe 2 di salah satu RS swasta di Surabaya sebanyak 40 responden. Teknik sampling menggunakan purposive sampling sehingga didapatkan 35 responden. Instrument yang digunakan yaitu lembar kuisisioner tingkat spiritual (DSES), *self-care management* (DSMQ) dan kualitas hidup (WHOQOLBREF). Analisis data menggunakan uji statistik *rank-spearman* dengan nilai $p < 0,005$. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar dari responden (60,0%) memiliki tingkat spiritual sedang, sebagian besar *self-care management* cukup (57,1%) dan hampir sebagian responden memiliki kualitas hidup yang tinggi (37,1%). Hasil uji *Rank Spearman* dari tingkat spiritual dan kualitas hidup didapatkan nilai *p value* 0,002, dan *self-care management* dan kualitas hidup didapatkan *p value* 0,005 yang berarti bahwa ada hubungan antara tingkat spiritual dan *self-care management* dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus. Kesimpulan: Pasien DMT2 diharapkan untuk meningkatkan tingkat spiritual dan *self-care management* sehingga dapat mencapai kualitas hidup yang baik.

Kata kunci: Diabetes Mellitus Tipe 2, kualitas hidup, *self-care management*, tingkat spiritual

SPIRITUAL LEVEL, SELF-CARE MANAGEMENT, AND QUALITY OF LIFE AMONG PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS

Eliza Zihni Zatihulwani, Elly Rustanti, Kusuma Wijaya Ridi Putra, Prawito

Abstract

Diabetes Mellitus Type II (DMT2) is a chronic disease that can be suffered throughout life. The decline in quality of life is related to morbidity and mortality rates. One of the things that affects the quality of life of T2DM is the level of spirituality and self-care management. The Aim of the Study: This study aimed to determine the relationship between spiritual level and self-care management with the quality of life of DMT2 sufferers. Subjects and Method: The design used in this study is correlational analytic with a cross-sectional approach. The population consists of 40 respondents with type 2 DM in a private hospital in Surabaya. The sampling technique used purposive sampling so that 35 respondents were obtained. The instruments used were spiritual level questionnaire sheets (DSES), self-care management (DSMQ), and quality of life (WHOQOLBREF). Data analysis used the rank-Spearman statistical test with a p -value < 0.005 . Results: The results showed that most of the respondents (60.0%) had a moderate

spiritual level, most of the self-care management was sufficient (57.1%) and almost all of the respondents had a high quality of life (37.1%). The results of the Spearman Rank test of the spiritual level and quality of life obtained a p-value of 0.002, and self-care management and quality of life obtained a p-value of 0.005 which means that there is a relationship between the spiritual level and self-care management with the quality of life of diabetes mellitus sufferers. Conclusion: DMT2 patients are expected to increase their spiritual level and self-care management to achieve a good quality of life.

Keyword: Diabetes Mellitus Type 2, quality of life, self-care management, spiritual levels.

Korespondensi: Eliza Zihni Zatihulwani, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada, Jalan Veteran, Peterongan, Mancar, Jombang, Provinsi Jawa Timur. Email eliza.zatihulwani@gmail.com.

LATAR BELAKANG

Diabetes Melitus Tipe 2 adalah penyakit kronis yang terjadi ketika tubuh tidak mampu menghasilkan insulin dalam jumlah yang cukup atau mengalami resistensi insulin, sehingga glukosa tidak dapat dimanfaatkan secara optimal. Penyakit ini didiagnosis melalui pengukuran kadar glukosa darah, dan insulin yang dihasilkan oleh pankreas berperan penting dalam membantu glukosa masuk ke sel-sel tubuh untuk digunakan sebagai energi. Hiperglikemia yang terjadi secara kronis pada diabetes dapat menyebabkan kerusakan pada berbagai organ seperti mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah, yang kemudian berujung pada komplikasi seperti gangguan penglihatan, gagal ginjal, penyakit kardiovaskular, dan neuropati. Komplikasi-komplikasi ini berdampak buruk pada kualitas hidup penderita diabetes melitus (International Diabetes Federation, 2019).

Banyak penderita diabetes melitus yang tidak menjaga kesehatan diri, termasuk kebersihan kaki, yang dapat menyebabkan luka dan komplikasi lebih lanjut. Prevalensi Diabetes Melitus diperkirakan terus meningkat, dengan proyeksi dari World Health Organization (WHO) yang

memperkirakan jumlah penderita akan mencapai 21,3 juta jiwa pada tahun 2030, sementara International Diabetes Federation (IDF) memprediksi akan ada 16,7 juta jiwa yang terdampak pada tahun 2044. Di Indonesia sendiri, prevalensi diabetes terus meningkat, dengan data Risesdas 2018 menunjukkan peningkatan yang signifikan selama lima tahun terakhir. Di Jawa Timur, prevalensi diabetes di antara semua kelompok usia mencapai 2,02% pada tahun 2018, sementara di Surabaya, angka tersebut mencapai 3,5% atau sekitar 100.000 penderita pada tahun 2019 (Kemenkes RI, 2019).

Kualitas hidup yang menurun secara signifikan di kalangan penderita diabetes melitus berkaitan erat dengan kondisi fisik, psikologis, dan sosial yang terpengaruh oleh penyakit ini. Gejala fisik seperti kelelahan, sering buang air kecil, dan penurunan berat badan turut berkontribusi terhadap penurunan kualitas hidup. Dari sisi psikologis, depresi dan kecemasan sering kali muncul dan memperburuk kondisi penderita. Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup ini mencakup usia, jenis kelamin, dukungan sosial, agama, serta lamanya menderita diabetes dan komplikasi yang dialami (Teli et al., 2023).

Salah satu aspek penting dalam mendukung manajemen diri pada penderita diabetes melitus adalah spiritualitas. Spiritualitas memberikan harapan dan semangat yang dapat membantu penderita dalam menghadapi tantangan hidup dengan penyakit kronis ini. Terapi spiritual, seperti meditasi transendental, dapat membantu meningkatkan kenyamanan dan penerimaan kondisi penyakit, serta berdampak positif pada kualitas hidup penderita diabetes. Selain itu, manajemen diri yang efektif, termasuk pengaturan pola makan, pemantauan kadar gula darah, terapi obat, perawatan kaki, dan latihan fisik, sangat penting untuk mengelola diabetes secara optimal (Chaidir et al., 2017).

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat spiritual dan *self-care management* dengan kualitas hidup pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2.

METODE/DESAIN PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian *cross-sectional* adalah jenis penelitian yang menekankan pengukuran atau pengamatan variabel independen dan dependen yang dilakukan secara bersamaan pada satu waktu tanpa adanya tindak lanjut. Penelitian ini dilaksanakan di sebuah rumah sakit swasta di Surabaya pada bulan Januari hingga Februari 2024. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat spiritualitas adalah kuesioner *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES), yang diadopsi dari Underwood (2011), dengan 15 pertanyaan berbasis skala likert. Untuk mengukur manajemen perawatan diri,

digunakan *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DSMQ) yang dikembangkan oleh *Institute of Diabetes Academic Mergentheim* dalam penelitian Schmitt et al. (2013), terdiri dari 20 item dengan skala likert. Kualitas hidup pasien diabetes diukur menggunakan WHOQOL-BREF yang diadopsi dari WHO (2022), yang terdiri dari 26 pertanyaan berbasis skala likert. Analisis data dilakukan menggunakan software IBM SPSS 16 dengan uji statistik *Spearman Rank*, yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antar variabel. Jika nilai $p < \alpha$ ($\alpha = 0,05$), maka terdapat hubungan antar variabel; sebaliknya, jika nilai $p > \alpha$ ($\alpha = 0,05$), tidak ada hubungan yang signifikan. Penelitian ini juga telah mendapatkan sertifikat uji etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang dengan nomor: 0338-KEPKSHJ.

POPULASI, SAMPEL DAN TEKNIK SAMPLING

Populasi penelitian ini adalah penderita diabetes melitus yang dirawat di rumah sakit swasta di wilayah Surabaya, dengan jumlah responden sebanyak 40 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *Non-Probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, yang menghasilkan sampel sebanyak 35 responden. Kriteria inklusi yang digunakan oleh peneliti meliputi kesediaan menjadi responden dan penderita diabetes melitus tipe 2. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup responden yang mengalami gangguan mental, distres spiritual, atau tidak dapat berpartisipasi dalam penelitian.

HASIL

Data Demografi Responden
Dapat kami sampaikan dalam tabel:

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Demografi
Responden di Rumah Sakit Swasta
di Wilayah Surabaya pada
Bulan Januari Hingga Februari 2024

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Usia		
36-56 Tahun	15	42,8
57-62 Tahun	10	28,6
63-70 Tahun	10	28,6
Total	35	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	15	42,9
Perempuan	20	57,1
Total	35	100,0
Pendidikan Terakhir		
SD	15	42,9
SMP	10	28,6
SMA	6	17,1
Perguruan Tinggi	4	11,4
Total	35	100,0
Status Pernikahan		
Janda/ Duda	10	28,6
Menikah	25	71,4
Total	35	100,0
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	20	57,1
Swasta	5	14,3
Wiraswasta	10	28,6
Total	35	100,0
Lama Menderita		
> 3 Tahun	25	71,4
< 3 Tahun	10	28,6
Total	35	100,0
Tingkat Spiritual		
Rendah	10	31,4
Sedang	22	60,0
Tinggi	3	8,6
Total	35	100,0
Self-Care Management		
Kurang	10	28,6
Cukup	20	57,1
Baik	5	14,3
Total	35	100,0
Kualitas Hidup		
Rendah	10	28,6
Sedang	11	31,4
Tinggi	14	40,0
Total	35	100,0

Sumber: Data Primer, 2024.

Berdasarkan data Tabel 1 di atas didapatkan bahwa hampir setengah dari responden berusia 36-56 Tahun sebanyak 15 responden (42,8%) dan sebagian besar berjenis kelamin Perempuan sebanyak 20 responden (57,1%). Pada level pendidikan, hampir setengah dari responden berpendidikan SD (Sekolah Dasar) sebanyak 15 responden (42,9%). Berdasarkan status pernikahannya, sebagian besar responden berstatus menikah sebanyak 25 responden (71,4%). Sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 20 responden (57,1%). Untuk lama menderita DMT2, sebagian besar responden mengatakan telah menderita DMT2 selama > 3 Tahun sebanyak 25 responden (71,4%).

Berdasarkan data hasil penelitian diatas juga didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat spiritual sedang sebanyak 22 responden (60,0%). Sebagian besar dari responden juga memiliki self-care management pada kategori cukup sebanyak 20 responden (57,1%). Selain itu, hampir setengah dari responden memiliki kualitas hidup pada kategori tinggi sebanyak 14 responden (40,0%).

Tabel 2.
Hasil Analisis Hubungan antara Tingkat Spiritual dan Self-Care Management terhadap Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT2) di Rumah Sakit Swasta Wilayah Surabaya pada bulan Januari hingga Februari 2024

	Kualitas Hidup						Hasil Uji Statistik Spearman Rank
	Rendah		Sedang		Tinggi		
	f	%	f	%	f	%	
Tingkat Spiritual							p -value = 0,002; r = 0,498
Rendah	7	20,0	1	2,9	2	5,7	
Sedang	3	8,6	9	25,6	10	28,6	
Tinggi	0	0,0	1	2,9	2	5,7	
Self-Care Management							p -value = 0,005; r = 0,461
Kurang	7	20,0	2	5,6	1	2,9	
Cukup	3	8,6	8	22,9	9	25,7	
Baik	0	0,0	1	2,9	4	11,4	

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 2 di atas didapatkan bahwa adanya hubungan antara tingkat spiritual (p -value = 0,002; r = 0,498) dan *self-care management* (p -value = 0,005; r = 0,461) dengan kualitas hidup pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 (DMT2) di Rumah Sakit Swasta Wilayah Surabaya pada bulan Januari hingga Februari 2024. Berdasarkan data tersebut, didapatkan juga bahwa tingkat spiritual dan *self-care management* memiliki kekuatan korelasi dengan tinggi yang ditunjukkan dengan nilai korelasi (r) pada range interval 0,26-0,50.

PEMBAHASAN

Tingkat Spiritual pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Tingkat spiritual pada pasien diabetes melitus tipe 2 menunjukkan bahwa dari 35 responden, sebagian besar, yaitu 22 responden (60,0%), berada pada kategori tingkat spiritual sedang. Spiritualitas dapat diartikan sebagai keyakinan yang mencerminkan hubungan individu dengan Tuhan, bergantung pada kepercayaan masing-masing (Manullang & Pakpahan, 2021). Spiritualitas bersifat abstrak dan

subjektif, dengan pemahaman yang berbeda-beda antar individu, dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti perkembangan zaman, lingkungan, budaya, pengalaman hidup, serta pandangan terhadap makna hidup (Heriningsih et al., 2021).

Spiritualitas adalah aspek penting bagi penderita diabetes, karena memberikan kekuatan untuk menghadapi tantangan fisik dan emosional akibat penyakit ini. Sebagian besar responden mengungkapkan bahwa spiritualitas berperan penting dalam menghadapi permasalahan hidup, terlihat dari kebiasaan mereka memohon pertolongan dan bimbingan Tuhan dalam aktivitas sehari-hari. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhtar, Ilmi, & Syisnawati (2018), yang menunjukkan bahwa mayoritas lansia penderita diabetes melitus di Kecamatan Panakukang memiliki tingkat spiritual yang baik (Muchtar et al., 2018). Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian Hardiyanti, di mana 28 dari 45 responden (62,2%) penderita diabetes melitus memiliki tingkat spiritual yang baik, serta terdapat hubungan antara spiritualitas dan

strategi koping pasien (Hardiyanti et al., 2023).

Tingkat spiritual yang tinggi membantu seseorang untuk berpikir positif dan memotivasi perawatan diri. Aktivitas spiritual yang konsisten meningkatkan kedekatan dengan Tuhan, yang memunculkan harapan dan motivasi untuk menjalankan perawatan diri dengan baik (Putri et al., 2024). Konsep Tuhan memainkan peran penting dalam kondisi psikologis pasien diabetes, memberikan dukungan emosional, dampak positif terhadap kesehatan, serta berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup mereka (Ardian, 2016).

Usia juga merupakan faktor yang memengaruhi spiritualitas, di mana mayoritas responden berusia antara 36 hingga 56 tahun. Seiring bertambahnya usia, terjadi perubahan metabolisme karbohidrat dan pelepasan insulin, yang dapat meningkatkan risiko terkena diabetes tipe 2 (Brunner, 2013). Penelitian Rochmah et al. (2024) mendukung temuan ini, menyatakan bahwa usia berkaitan erat dengan peningkatan kadar glukosa darah, sehingga risiko diabetes dan gangguan toleransi glukosa meningkat seiring bertambahnya usia.

Selain itu, gaya hidup yang tidak seimbang, termasuk pola makan yang buruk dan kurangnya aktivitas fisik, turut meningkatkan risiko diabetes melitus tipe 2. Tingkat spiritual yang tinggi membantu penderita diabetes mengatasi stres yang timbul akibat penyakit, seperti yang ditemukan dalam penelitian Khotimah (2021), di mana ibadah dan keyakinan mendatangkan ketenangan batin dan membantu pasien menerima kondisi penyakit dengan sabar dan tenang. Aspek spiritualitas yang mencakup ranah personal, komunal, lingkungan, dan transendental tidak dapat

dipisahkan dari kehidupan pasien diabetes.

Self-Care Management pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Hasil penelitian mengenai manajemen perawatan diri pada pasien diabetes melitus tipe 2 menunjukkan bahwa dari 35 responden, mayoritas, yaitu 20 responden (57,1%), berada pada kategori cukup. Berdasarkan penelitian Berhe et al. (2019), durasi penderitaan dari Diabetes Melitus atau penyakit kronis lainnya dapat berdampak negatif terhadap perilaku manajemen perawatan diri. Semakin lama seseorang menjalani pengobatan, semakin besar kemungkinan munculnya rasa bosan dan frustrasi terhadap proses perawatan, yang dapat menyebabkan pasien berhenti melakukan terapi. Sebagian besar responden dalam penelitian ini telah menderita diabetes selama lebih dari tiga tahun, dan pada tahap ini sering timbul rasa jenuh terhadap pengobatan. Namun, mereka juga telah memiliki pengetahuan yang cukup tentang penyakit, penanganannya, dan pentingnya manajemen diri diabetes dalam mencegah komplikasi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen perawatan diri pada pasien diabetes meliputi usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Hampir setengah dari responden berusia 36-56 tahun (42,9%). Semakin bertambah usia, prevalensi diabetes melitus cenderung meningkat (Ningrum et al., 2019). Dari segi jenis kelamin, perempuan lebih dominan, dengan 20 responden (57,8%) dibandingkan laki-laki yang berjumlah 15 responden (42,5%). Perempuan memiliki risiko lebih tinggi terkena diabetes dibandingkan laki-laki karena perbedaan gaya hidup, massa tubuh,

kadar hormon, dan tingkat stres (Prasetyani & Maryanti, 2020). Perubahan hormon selama siklus menstruasi dan setelah menopause juga dapat menyebabkan penumpukan lemak, sehingga meningkatkan risiko diabetes pada perempuan (Ginting & Saragih, 2021). Hasil ini sejalan dengan penelitian Ningrum et al. (2019), yang menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih baik dalam manajemen perawatan diri dibandingkan laki-laki. Sementara itu, tingkat pendidikan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan *self-care management*. Sebagian besar responden memiliki pendidikan dasar (42,9%). Meskipun tingkat pendidikan yang lebih tinggi biasanya terkait dengan kemampuan berpikir rasional dan perawatan diri yang lebih baik, penelitian ini serta beberapa penelitian lain di Indonesia menunjukkan bahwa tingkat pendidikan tidak berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Self-care management pada penderita diabetes melitus melibatkan pengendalian gula darah, pola makan, aktivitas fisik, dan perawatan kesehatan. Mereka yang telah lama menderita diabetes umumnya memahami pentingnya perilaku perawatan diri untuk mengelola penyakit mereka. Manajemen perawatan diri mencakup tindakan untuk mengelola diabetes dan mencegah komplikasi. Semakin baik *self-care management*, semakin terkontrol kadar gula darah, sehingga komplikasi dapat dicegah dan kualitas hidup penderita diabetes melitus menjadi lebih baik. Kadar glukosa darah yang meningkat setelah makan akan merangsang pankreas untuk menghasilkan insulin, yang berperan menurunkan kadar glukosa secara bertahap. Aspek utama *self-care management* pada penderita diabetes

melitus meliputi pola makan, aktivitas fisik, pemantauan gula darah, kepatuhan minum obat, dan perawatan kaki.

Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar penderita diabetes melitus tipe 2 memiliki kualitas hidup yang tinggi, yaitu sebanyak 14 orang (37,1%). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jesika Asrt Paseki dkk pada tahun 2022, yang menunjukkan bahwa 42 responden (65,12%) juga berada pada kategori kualitas hidup tinggi. Secara umum, WHO mengidentifikasi empat indikator utama untuk mengukur kualitas hidup seseorang, yaitu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan (Ginting & Saragih, 2021). Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki pasangan menunjukkan kualitas hidup yang lebih tinggi, berkat dukungan dari suami dalam hal emosi, pemecahan masalah, keuangan, dan pengasuhan anak (Papalia & Feldman, 2015).

Penting untuk meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus, karena kualitas hidup berkaitan erat dengan keberhasilan terapi dan perkembangan penyakit. Kualitas hidup merupakan faktor kunci yang memengaruhi kesehatan seseorang, yang dipengaruhi oleh berbagai aspek seperti manajemen diabetes yang berkelanjutan, pengaturan pola makan, pemantauan gula darah, keterbatasan aktivitas, serta tanda dan gejala akibat ketidakstabilan gula darah, dan ketakutan akan komplikasi yang bisa muncul karena penyakit ini (Ginting & Saragih, 2021). Kualitas hidup yang rendah dapat memperburuk kondisi

penyakit, terutama pada penyakit kronis seperti diabetes melitus, yang sulit disembuhkan (Asafitri et al., 2020).

Faktor lain yang dapat meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus adalah keterampilan sosial yang baik dan kepuasan terhadap dukungan yang diterima dari teman dan keluarga. Kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 dipengaruhi oleh beberapa domain, termasuk kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Tingkat spiritualitas dan manajemen perawatan diri berperan dalam domain psikologis dan hubungan sosial, yang secara signifikan dapat memengaruhi kualitas hidup penderita T2DM.

Hubungan antara Tingkat Spiritual dan *Self-Care Management* dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Hasil analisis mengenai tingkat spiritual dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 menunjukkan bahwa dari 35 responden, 22 di antaranya menunjukkan hasil yang signifikan, dengan nilai Rank Spearman $\text{sig} = 0,002$ ($\text{sig} < 0,05$) dan nilai r (koefisien korelasi) = 0,498. Nilai r tersebut berada dalam rentang 0,26-0,50, yang menunjukkan adanya hubungan antara tingkat spiritual dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

Pasien yang memiliki kesehatan spiritual yang baik mampu menggunakan keyakinan mereka untuk mengatasi penyakit, rasa sakit, dan tekanan hidup yang dihadapi. Responden dengan tingkat spiritual yang tinggi cenderung lebih sabar, berusaha, dan berserah diri terhadap kondisi yang dialaminya (Ardhiyanto et al., 2019). Spiritualitas juga berperan dalam memberikan motivasi dan mendorong emosi positif yang

membantu mereka mencapai tujuan hidup (Ardian, 2016). Dimensi psikologis dan spiritual pada penderita diabetes melitus harus diperhatikan untuk meningkatkan kualitas hidup mereka (Kusnanto et al., 2020). Semakin tinggi kesejahteraan spiritual pasien diabetes, semakin baik pula kualitas hidup mereka (Giyaningtyas & Elizabeth, 2024).

Spiritualitas memainkan peran penting dalam intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan manajemen diri dan mengurangi dampak psikologis akibat diabetes (Ardhiyanto et al., 2019). Pasien diabetes melitus dengan spiritualitas yang baik memiliki kemungkinan 8,4 kali lebih besar untuk patuh terhadap pengelolaan diabetes yang direkomendasikan oleh tenaga kesehatan dibandingkan dengan pasien yang memiliki spiritualitas rendah (Dharmayanti et al., 2021). Perasaan negatif seperti putus asa, marah, malu, dan ketidakpedulian terhadap peningkatan kesehatan juga dapat mempengaruhi kualitas hidup penderita diabetes melitus.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan uji Spearman Rank menggunakan SPSS, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,005 ($\text{sig} < 0,05$) dan nilai r (koefisien korelasi) = 0,461. Nilai r ini berada dalam rentang 0,26-0,50, yang menunjukkan adanya hubungan positif antara *self-care management* yang baik dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2.

Perawatan diri pada pasien diabetes melitus, meliputi pengaturan pola makan (diet), pemantauan kadar gula darah, terapi obat, perawatan kaki, dan latihan fisik. Kualitas hidup diartikan sebagai persepsi individu tentang kesehatan dan kesejahteraan yang mencakup fungsi fisik, psikologis, dan sosial. Menurut penelitian Krisna

(2015), analisis hubungan antara *self-management* dengan kualitas hidup menunjukkan bahwa semakin baik perawatan diri, semakin tinggi pula kualitas hidup. Uji statistik lebih lanjut juga mengonfirmasi adanya hubungan yang signifikan antara perawatan diri dan kualitas hidup responden.

Faktor religiusitas, mekanisme coping, dan perawatan diri berperan dalam memengaruhi kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2. Upaya yang dapat dilakukan oleh rumah sakit dalam meningkatkan promosi kesehatan terkait *self-management* dapat membantu meningkatkan kualitas hidup pasien (Dewi et al., 2022). Kemampuan manajemen perawatan diri yang baik akan memperbaiki mekanisme coping penderita terhadap penyakit dan meningkatkan keyakinan dalam menjaga kesehatan, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup (Asnaniar & Safrudin, 2019). *Self-management* yang efektif dapat menciptakan kualitas hidup yang lebih baik bagi penderita diabetes melitus tipe 2 (Juariah et al., 2022).

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa responden yang memiliki *self-care management* yang baik selalu melakukan aktivitas fisik atau olahraga selama seminggu terakhir. Aktivitas fisik penting untuk menjaga stabilitas gula darah, menurunkan berat badan, mencegah komplikasi, serta mengatasi gangguan lipid dan tekanan darah.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat spiritual pada penderita diabetes melitus tipe 2 sebagian besar responden berada pada kategori sedang. *Self-care management* untuk penderita diabetes melitus tipe 2 mayoritas responden berada pada kategori cukup, sedangkan kualitas

hidup mereka sebagian besar berada pada kategori tinggi. Uji statistik Spearman rank menunjukkan adanya hubungan antara tingkat spiritual dan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2. Selain itu, hasil uji yang sama juga menunjukkan hubungan antara *self-care management* dengan kualitas hidup penderita. Tingkat spiritual dan *self-care management* yang merupakan bagian dari domain psikologis dan sosial, berperan dalam mempengaruhi kualitas hidup penderita DMT2.

SARAN

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mengembangkan penelitian tentang pengembangan pola asuhan keperawatan di bidang penyakit kronis berbasis spiritualitas keperawatan. Hasil penelitian ini dapat mengembangkan penelitian ini secara lebih luas, seperti melakukan penelitian tentang hubungan antara *self-care management* dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 dan upaya peningkatan *self-management* dan kualitas hidup penderita diabetes melitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardhiyanto, M., Kusnanto, Nastiti, A., & Arifin, H. 2019. *Kecerdasan Spiritual Dalam Self-Management Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2*. 8(1).
- Ardian, I. 2016. SPIRITUAL AND RELIGION CONCEPT IN NURSING FOR DIABETIC MELITUS PATIENTS. *Nurscope : Jurnal Penelitian dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 2(2), pp.40. DOI: <https://doi.org/10.30659/nurscope.2.2.40-48>.
- Asnaniar, W., & Safrudin. 2019. *Hubungan Self Care Management Diabetes dengan*

- Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus*. 10(4), pp.295–298.
- Berhe, K., Seid, O., Gebremariam, Y., Berhe, A., & Etsay, N. 2019. Risk factors of stunting (chronic undernutrition) of children aged 6 to 24 months in Mekelle City, Tigray Region, North Ethiopia: An unmatched case-control study. *PLOS ONE*, 14(6), pp.e0217736. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217736>.
- Brunner. 2013. *Textbook of Medical Surgical Nursing 13th edition*. New York: Lippincott Williams & Wilkins.
- Chaidir, R., Wahyuni, A., & Furkhani, D. 2017. *Hubungan self-care dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus*. *Journal Endurance*.
- Dewi, R., Panduragan, S. L., Syazana, N., Melinda, F., & Budhiana, J. 2022. The Effect of Religion, Self-Care, and Coping Mechanisms on Quality of Life in Diabetes Mellitus Patients. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 10(1).
- Dharmayanti, N., Widyanthari, D., & Saputra, I. 2021. *Hubungan Pengalaman Spiritualitas dengan Perilaku Self-Management pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Gianyar I*. 6(1), pp.931–942.
- Ginting, A., & Saragih, H. 2021. KUALITAS HIDUP PENDERITA DIABETES MELITUS DI DESA ONOZITOLI SIFAOROASI KECAMATAN GUNUNGSITOLI KOTA GUNUNGSITOLI 2020. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 1(2), pp.82–90. DOI: <https://doi.org/10.51771/jintan.v1i2.52>.
- Giyaningtyas, I. J., & Elizabeth, B. 2024. Analysis of Spiritual Well Being on the Quality of Life of Patients with Diabetes Mellitus in Tambun Health Center Area. *PROMOTOR*, 7(1), pp.61–65. DOI: <https://doi.org/10.32832/pro.v7i1.525>.
- Hardianti, R., Fitriani, F., & Fatimah, F. 2023. Relationship between Spirituality and Coping Strategies in Diabetes Mellitus Patients at Tk IV Hospital Aryoko Sorong. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 5(1), pp.75. DOI: <https://doi.org/10.30872/j.kes.pasmi.kal.v5i1.7618>.
- Heriningsih, W. P., Agustin, R., Badriyah, F. L., Priyono, D., Desriva, N., Rosyad, Y. S., & Rias, Y. A. 2021. Gender Differences and White Blood Cells on Anxiety Symptoms in Type 2 Diabetes Mellitus: A Community-Based Study. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), pp.293–300. DOI: <https://doi.org/10.30604/jika.v6i2.478>.
- Imeni, M., Sabouhi, F., Abazari, P., & Iraj, B. 2018. The effect of spiritual care on the body image of patients undergoing amputation due to type 2 diabetes: A randomized clinical trial. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(4), pp.322. DOI: https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_113_15.
- International Diabetes Federation. 2019. *IDF DIABETES ATLAS Ninth Edition 2019* (Ninth). International Diabetes Federation.
- Kemenkes RI. 2019. *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Jakarta: BALITBANGKES.
- Khotimah. 2021. *Hubungan Spiritualitas Dan Efikasi Diri*

- Dengan Strategi Koping Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe I di Desa Karanggedang Kecamatan Sidareja* [Universitas Harapan Bangsa]. Diakses dari <http://eprints.uhb.ac.id/id/eprint/2430/1/1.%20AWAL.pdf>.
- Kusnanto, K., Satriyaningrum, N. G., Pratiwi, I. N., & Arifin, H. 2020. *Work Stress and Spirituality in Diabetes Mellitus Self-Management*. 24(7).
- Latchman. 2018. *African-American Spirituality and Diabetes Self Care*. 36(5), pp.324–335.
- Manullang, E. Y. B., & Pakpahan, B. J. 2021. TINJAUAN ATAS SPIRITUALITAS HKBP DARI SUDUT PANDANG SPIRITUALITAS LUTHER DAN GEREJA-GEREJA LUTHERAN. *Jurnal Amanat Agung*, 17(2), pp.183–219. DOI: <https://doi.org/10.47754/jaa.v17i2.498>.
- Muchtar, T., Ilimi, A., & Syisnawati. 2018. *Gambaran Tingkat Spiritualitas Lansia dengan Diabetes Mellitus di Kec. Panakukang*. 3(1), pp.88–96. DOI: <https://doi.org/10.24252/join.v3i1.5590>.
- Ningrum, N. P., Iswati, R. S., & Nuraini, I. 2019. Application of Ling Tien Kung Movement Technique in Reducing Diabetes Mellitus in Elderly. *STRADA JURNAL ILMIAH KESEHATAN*, 8(2), pp.74–79. DOI: <https://doi.org/10.30994/sjik.v8i2.191>.
- Orem, D. 1959. *Guides for Developing Curricula for the Education of Practical Nurses*. Department of Health Education and Welfare.
- Papalia, D., & Feldman, R. 2015. *Experience Human Development [Menyelami Perkembangan Manusia]*. (Alih Bahasa: F. Herarti). Salemba Hunamika.
- PERKENI. 2021. *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia 2021*. PB PERKENI.
- Prasetyani, D., & Maryanti, D. 2020. Differences in Characteristics of Type 2 Diabetes Mellitus Patients Between Those Who Have Complications and Those Who Do Not Have Complications. *The Proceedings of the 2nd Bakti Tunas Husada-Health Science International Conference (BTH-HSIC 2019)*. 2nd Bakti Tunas Husada-Health Science International Conference (BTH-HSIC 2019), Tasikmalaya, Indonesia. DOI: <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200523.081>.
- Putri, D., Widada, W., & Adi, G. 2024. *Hubungan Tingkat Spiritual dengan Efikasi Diri pada Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Daerah Balung Jember*. 3(5), pp.25–31. DOI: <https://doi.org/DOI10.5455/mnj.v1i2.644xa>.
- Rochmah, N., Triastuti, I. W., Deakandi, W. Y., Irawan, R., Faizi, M., & Endaryanto, A. 2024. Decreased serum transforming growth factor-beta levels in Indonesian children with type 1 diabetes. *Journal of Medicinal and Pharmaceutical Chemistry Research, Online First*. DOI: <https://doi.org/10.48309/jmpcr.2024.194954>.
- Schmitt, A., Gahr, A., & Hermanns, N. 2013. *The Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ): Development and Evaluation of An Instrument to Assess Diabetes Self-Care*

Activities Associated with Glycaemic Control.

- Teli, M., Thato, R., & Rias, Y. A. 2023. Predicting Factors of Health-Related Quality of Life Among Adults with Type 2 Diabetes: A Systematic Review. *SAGE Open Nursing*, 9, 23779608231185920. DOI: <https://doi.org/10.1177/23779608231185921>.
- Underwood, L. 2011. *The daily spiritual experience scale: Overview and results*. 2(1), pp.29–50. DOI: <https://doi.org/doi:https://doi.org/10.3390/rel2010029>.
- WHO. 2022. *WHOQOL: Measuring Quality of Life*. Diakses dari <https://www.who.int/tools/whoqol>
- World Health Organization. 2019. *Classification of diabetes mellitus*. World Health Organization. Diakses dari <https://iris.who.int/handle/10665/325182>